

(一社) 日本ヨーガ療法学会



第2回中四国ブロック大会 心身ともに健やかに生きるために

講演1

「健康な生活に欠かせない“運動”の効果について」

鈴木峻太 (株式会社エブリハ)

講演2

「ヨーガ療法の実習効果」

木村慧心 (日本ヨーガ療法学会理事長)

体験講座

「ヨーガ療法の実習効果を体験しよう」

木村慧心 (日本ヨーガ療法学会理事長)

11月3日 (金/祝) 9:45~

ちより街テラス (高知市知寄町2丁目1-37)

参加申し込み <https://ws.formzu.net/fgen/S34569115/>



連絡先 学会事務局 0859-32-1557

現地連絡先 信清 090-3789-1465 横山 090-5570-3054

大会スケジュール

- 9:00 開場 / 受付け開始
- 9:45 開会式 / 大会長挨拶
- 10:00 招待講演「健康な生活に欠かせない運動の効果について」 鈴木峻太
- 11:00 理事長講演「ヨーガ療法の実習効果」 木村慧心
- 12:00 昼休憩
- 13:00 一般発表
「月経前症候群の諸症状に悩む女性に対するヨーガ療法指導報告」 横山千絵

「強迫性障害に対するヨーガ療法指導報告」 久保田千秋

「気管支喘息、アトピー性皮膚炎の小学生に対するヨーガ療法指導報告」 武井厚子

「便秘に悩む女性に対するヨーガ療法指導報告」 佐次遙
- 14:15 岡山県倉敷市真備町水害ボランティア活動報告
「西日本豪雨発災から5年 町と心の変容」 満留美樹
- 15:00 ヨーガ療法実習体験（指導 木村慧心理事長）
- 16:00 閉会式

講師プロフィール



鈴木峻太

理学療法士。養成校を卒業後、博士前期課程に進学し、2年間基礎研究に従事する。その後、株式会社エブリハに入社し、介護施設の運営サポートに携わる。リハビリテーションを「いつでも、誰でも、どこでも、毎日」実施できる身近なものとして伝え、高齢者の自立支援と健康増進を目指して活動している。



木村慧心

東京教育大学理学部卒業後、インド・ヒマラヤに渡り、スワミ・ヨーゲシヴァラナンダ大師より聖名（ギヤーナ・ヨーギ）を拝受して得度、ラージャ・ヨーガ・アチャルヤ（阿闍梨）となる。一般の人や心身に不調を持つ人にもヨガをしてもらえるようにと、伝統的なヨガと科学的なアプローチを組み合わせたヨーガ療法を発展させた。「日本ヨーガ療法学会」を設立。インドの sVYASA ヨーガ大学院の客員教授 WHO のヨーガ指導基準・策定作業部会委員、世界ヨーガ療法連合の創設役員、アジア太平洋ヨーガ療法会議代表役員、日本統合医療学会理事、日本アーユルヴェーダ学会理事、日本ヨーガ・ニケタン名誉顧問 日本ヨーガ療法学会理事長 他多数